わがまちの教育（教育委員会）

早寝　早起き　朝ごはん

〜食育推進事業の取り組み〜

香美市になり昨年四月から新たに取り組んだ、栄養教諭を中核とした食育推進事業もまとめの時期となりました。この一年間で取り組んだ活動を報告し、今後も食育の大切さを伝えていきます。

学校での取り組み

◆各教科等での指導

●授業時間での食に関する指導

生活科、家庭科、特別活動、総合的な学習等の教育活動において、食に関する指導を積極的に行ってきました。特に、生活習慣の改善を図る点から、食べ物の生産活動を行うことで食べ物に興味を持たせる指導や、朝食内容の改善や排便の習慣に関心を持たせる指導を重点的に行ってきました。

●教職員に対する研修

八月二日に行われた香美市教職員研修会で、高知大学教授・針谷順子先生を講師に招き、「学校で取り組む食育」を演題に、講演を開催しました。

◆学校と家庭の連携

●『食育だより』の配布

生活実態調査の集計結果や、イベント報告などを掲載した『食育だより』を市内の小中学生の各家庭に三回配布しました。

●生活実態調査の実施

市内の小中学生を対象に、自分で決めた目標をどれだけ達成できたか、生活習慣を見直す生活実態調査を六月と十二月の二回行いました。

●食育と生活習慣の講演会

市内の小学五・六年生と香北町・物部町地区の中学生を対象に、早稲田大学教授・前橋明先生を講師に招き、「元気になるもと〜体温の秘密〜」を演題に、講演を開催しました。

また、「生き生きとした子どもたちを育むために〜生活習慣と食育〜」を演題に、地域住民に対する講演も行いました。

朝食コンテスト

●親子料理教室の開催

市内の小学生親子十五組の参加で、ＲＫＣ調理師学校・三谷英子校長を講師に招き、簡単な朝食作りをテーマに親子料理教室を開催し、食に関する講義も行いました。

●朝食コンテストの開催

市内の小学生同士のペアや保護者とのペア十六組の参加で、香美市の特産物を使った朝食を作ってもらいコンテストを開催しました。

◆学校と地域の連携

●地域の食材を使った料理の学習と料理教室の開催

食生活改善推進協議会や地元の女性グループの協力により、市内の小学五年生を対象に料理教室を開催。皿鉢料理や地元の食材を使った料理を作りました。

よいしせいで　しょくじをしよう

さんかくけいのしせいでできていますか？

栄養教諭が関わった「食に関する指導」

三地域の共通課題の改善に向け、「学校・家庭・地域が連携し、子どもの基本的な生活習慣の改善・定着を図る」ため次の取り組みを行っています。

●給食時間での指導

食事のマナー指導にあたり「並べる食器の位置」「はしの持ち方」「食べる姿勢」の掲示物を各小学校低学年に配布し、学級で活用してもらいました。また、栄養教諭が学級やランチルームに出向き、マナー指導、偏食や小食の子どもへの個別指導、栄養指導等を行いました。指導を続けることで、子どもたちの食べる姿勢も良くなり始めました。小学校では、しっかり食べる力もついてきて残食も減少傾向にあります。しかし、はしの持ち方や食事のマナーは給食の時間の指導だけでは改善されないケースが多

く、保育園や幼稚園、家庭との連携の必要性が強く感じられます。

●給食内容の工夫

栄養教諭が最も重要視するのは、給食内容です。給食に地元や姉妹都市の食材、学校農園で栽培した食材、教科等学習内容と関連した食材、季節感や旬を盛りこみ、何よりもおいしく安全で楽しい給食であるよう、献立内容をさらに研究していきたいと思います。

●食情報の提供、家庭・地域との連携

食情報の提供は、給食の献立表や給食だよりをとおして行ってきました。給食参観や試食会、生産者を招いての招待給食等にも積極的に取り組みました。

さらに、子どもの生活習慣の改善や肥満の改善等に向け、養護教諭と栄養教諭が連携して行う個別的な相談指導が充実し、成果を出している地域もあります。栄養教諭は今後も地域や関係機関と連携を図り、料理教室や食生活講座等のコーディネートも行っていきたいと思います。

各学校でもいろんな取り組みをしています

香長小学校

楽しくできた「栄養まんてん食育全校集会」

栄養教諭を講師に、１年生から６年生が混ざり合った班対抗で、「食べ物クイズ」や「食べ物カルタ取り」などで、楽しく食育を学びました。

楠目小学校

５年生が魚料理に挑戦！

地元の魚屋さんで仕入れた新鮮なアジを、ヘルスメイトさんの指導を受けながら、子ども一人が一尾をおろして、かば焼きを作りました。子どもたちの手際は大変よく、この日ばかりは魚料理が苦手な子どももペロリと食べてしまいました。

ＰＴＡで作成した「朝食レシピ集」

朝食にもっと野菜を登場させようと、簡単にできる家庭の朝食の野菜料理を募集し、栄養教諭も一緒になってレシピ集を作成しました。秋の参観日のバザーで試食コーナーを設け、レシピの紹介と野菜が入った朝食摂取の重要性をアピールしました。

大栃中学校

セレクト給食の実施

中学生に必要な栄養素やバランスのとれた弁当の量や内容を考え、自分自身で食事面の管理を行っていけるような知識や能力を身につけさせるため、「わくわく・マイべんとう」と題して、事前に生徒が提案したいくつかの給食メニューの中から主食・主菜・副菜・デザートをバランスよく組み合わせて自分のお弁当を作る取り組みをしています。

片地小学校

知事が来校しました！

給食の日の１月24日、知事が「小学生と一緒に給食を食べる」という事業の一環で片地小に来校し、授業参観と給食の試食を行いました。

６年生の授業では、「食べ物とうんこのひみつをさぐろう」をテーマに食物繊維の役割の大切さを学習。煮ただけのごぼうの試食を知事も体験しました。

授業参観後、香美市の特産物やっこねぎ・しいたけを使った給食を子どもたちと一緒のテーブルで試食しました。